



## Desafío de aprendizaje continuo de Indiana

Desafío de aprendizaje continuo - Jardín de infantes	2
Desafío de aprendizaje continuo - Primer grado	5
Desafío de aprendizaje continuo - Segundo grado	9
Desafío de aprendizaje continuo - Tercer grado	12
Desafío de aprendizaje continuo - Cuarto grado	16
Desafío de aprendizaje continuo - Quinto grado	19
Desafío de aprendizaje continuo - Escuela media	24
Desafío de aprendizaje continuo - Escuela secundaria	28

## Desafío de aprendizaje continuo - Jardín de infantes

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	Usa plastilina para formar letras y palabras. O crea tus letras con arena, sal o, incluso, en la tierra.	Escribe con el dedo letras o palabras reconocibles a primera vista en una bandeja con una fina capa de sal esparcida.	Busca rectángulos en tu casa. Haz un dibujo para mostrar el más grande y el más pequeño que hayas encontrado.	Inventa algunas historias con restas, utilizando los manipulables: monedas, frijoles secos, Lego, bloques, etc.	Haz un seguimiento del clima todos los días de esta semana.	Prepara una lista con cinco o más palabras preferidas relacionadas con la "primavera". Haz un salto de tijera por cada sílaba de la palabra.
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decirselo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.	Escucha un cuento y coméntale a alguien cuál fue tu parte preferida del cuento.	Juega al juego Pictionary y usa dibujos e imágenes para que alguien adivine lo que estás dibujando.	Inventa una rutina de baile de tu canción preferida. Realízala y enséñasela a los miembros de tu familia.	En cuántas palabras puedes pensar que signifiquen lo mismo que grande.	Con ayuda de un adulto, ata un lazo rojo al tronco de un árbol u otro elemento que esté al aire libre. Este lazo recuerda a las demás personas que estamos todos juntos en este momento.
<b>Creatividad</b>	Toma un trozo de papel y un marcador y siéntate al aire libre. Coloca tu papel de manera que la sombra de una	¡Crea flores con el cartón de huevos! Corta un cartón viejo de una docena de huevos en tres partes para obtener cuatro	¡Practica ciencia y arte! Prepara tres tazas pequeñas con vinagre y agrega colorante alimentario a	¡Crea un bastón de la palabra para tu familia! Ve afuera y busca un palo que resulte interesante. Puedes decorar	Pídele a un miembro de la familia que trace tu contorno con tiza para la acera. ¡Agrega cabello, un	Crea y decora una tarjeta "Pensando en ti" para alguien que no hayas visto por un tiempo. Pide a un adulto que la

	planta o árbol se refleje en tu hoja, traza la sombra y usa colores brillantes para colorear la figura.	tazas pequeñas que juntas formarán los pétalos de la flor. Pinta o colorea los pétalos. Sujeta un palito para hacer el tallo de la flor.	cada una. Espolvorea un poco de bicarbonato de sodio en el fondo de una olla. Vierte el vinagre coloreado en el bicarbonato de sodio y observa lo que ocurre. Intenta verter otros colores arriba. ¿Qué colores puedes crear?	tu palo con hilo, pegándole decoraciones, pintándolo o de la manera que prefieras. Durante la cena esta noche, pasa el "bastón de la palabra" alrededor de la mesa. El que sostenga el bastón tiene que compartir la mejor parte de su día.	rostro, ropa y todo lo que quieras para decorar tu persona!	envíe por correo, o guárdala para dársela cuando vuelvas a verla.
<b>Pensamiento crítico</b>	Observa dónde está el sol en los distintos momentos del día. ¿Qué notas? ¿Por qué crees que ocurre esto? ¿Cómo puedes averiguarlo?	Con tu papá o mamá, ve afuera, cierra los ojos y escucha. ¿Qué escuchas? Registra tus pensamientos en papel con palabras o imágenes.	Haz un dibujo del océano en una hoja de papel blanco. ¿Puedes hacer una búsqueda del tesoro en tu casa y hallar algunos objetos y juguetes que crees que podrían vivir en este tipo de hábitat?	Elige un árbol o planta de tu patio para observar. Usa dibujos o la escritura para describir los cambios que observas en tu árbol o planta en los próximos días.	Tira dos dados y suma los puntos. Lleva un registro de las veces que tiraste el dado y anotaste las cantidades de uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis, siete, ocho, nueve, diez, once y doce. ¿Qué notas? ¿Por qué crees que ocurre esto?	Ordena tus juguetes por categorías. Ejemplos: color, tamaño, material, tipo, etc. ¿Algunos de tus juguetes pueden incluirse en más de una categoría?
<b>Colaboración</b>	Arma un rompecabezas con tu familia. Haz un dibujo y coloréalo, dalo vuelta, dibuja las líneas del rompecabezas y recorta por las líneas. Luego, mezcla las piezas y arma el rompecabezas.	Inventa un chiste de toc-toc con alguien de tu familia.	Repasa cada letra del abecedario con tu papá o mamá. Comprueba si conoces el sonido de cada letra.	Repasa cada letra del abecedario con tu papá o mamá. Comprueba si conoces el sonido de cada letra.	Practica escribir tu nombre y apellido. Pídele a un miembro de la familia que te ayude a escribir tu apellido. Recuerda usar mayúscula en la primera letra de tu nombre y apellido y minúscula para el resto de las letras.	Memoriza tu dirección con ayuda de los miembros de la familia.
<b>Bienestar social y emocional</b>	Dibuja distintos rostros con los huevos de Pascua de plástico; ubica los ojos en la	Aprende una postura de yoga. Simula que eres un surfista. Para hacer la postura del guerrero II:	Aprende una postura de yoga. Simula que eres un árbol. Para hacer la postura del árbol:	¿Qué significa la palabra "paciencia"? Paciencia significa esperar tranquilamente	Comenta la siguiente frase con un adulto de tu casa: "Palos y piedras romperán mis huesos, pero	¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las

	<p>mitad superior y la boca en la mitad inferior. Juega con distintas emociones y diviértete intercambiando las partes para crear toda clase de rostros.</p>	<p>Ponte de pie, da un paso hacia atrás, colocando el pie de manera que quede ligeramente orientado hacia afuera. Levanta los brazos en paralelo al suelo, flexiona tu rodilla delantera y mira hacia atrás. Simula que eres un surfista y usa tu fuerza para atrapar olas difíciles.</p> 	<p>Párate sobre una pierna, flexiona tu rodilla, coloca la planta de tu pie en el muslo interior de la pierna contraria y mantén el equilibrio. Balancéate como un árbol. Piensa en que los árboles son amables porque ofrecen sombra, producen oxígeno y son el hogar de algunos animales.</p> 	<p>algo o a alguien sin quejarse. Conversa con un adulto de tu casa sobre lo siguiente: ¿Cómo se ve la paciencia? ¿Cómo sabemos cuándo alguien demuestra paciencia? ¿Cuándo has demostrado paciencia?</p>	<p>las palabras nunca me harán daño". ¿Qué crees que significa esta frase? Las palabras pueden lastimar, y en efecto, lastiman. Las palabras pueden ser útiles o hirientes. Las palabras pueden ser amables o desagradables. ¿Puedes pensar en algunos ejemplos?</p>	<p>cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!</p>
<p><b>Salud y actividad física</b></p>	<p>Infla un globo. ¿Puedes mantener el globo en el aire? Como desafío extra, agrega otro globo. Inténtalo con un compañero.</p>	<p>Con un miembro de tu familia, usa una sábana como paracaídas. Levántala y bájala para trasladar el aire por debajo de la sábana.</p>	<p>No bien te levantes de la cama, mueve tu cuerpo de alguna manera que te guste por 10 segundos. ¿Estás despierto ahora? ¡Bien! Ahora da 10 saltos de alegría.</p>	<p>Representa estos movimientos diferentes: Delante de un espejo o miembro de la familia, cruza a nado el lago, trepa al árbol y pisa fuerte por el puente.</p>	<p>Salta hacia la derecha llevando el pie izquierdo detrás de las rodillas flexionadas y el cuerpo hacia abajo. Repite el movimiento hacia la izquierda. Hazlo por 30 segundos.</p>	<p>Usa tu imaginación para inventar el andar de distintos animales. Imita cómo caminan los osos o corre rápido como un guepardo. Anda como un pingüino, o simula que nada por el océano como un delfín.</p>

## Desafío de aprendizaje continuo - Primer grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	Suma tu edad a la edad de dos personas más de tu familia. Anota tu respuesta.	Busca una hoja de diario, revista o algún correo y resalta o encierra con un círculo la mayor cantidad de palabras reconocibles a primera vista que puedas. Vuelve y lee esas palabras.	Tira dos dados y escribe una ecuación que represente el dado. Hazlo por lo menos 10 veces, ¡o más, si tienes tiempo! Desafío: ¡Repite esta actividad usando tres dados! (Puedes usar los dados de algún juego de mesa que tengas).	Escribe instrucciones "prácticas" de algo que sabes cómo se hace. (Ejemplos: andar en bicicleta, jugar un juego, preparar un sándwich).	Cambia el primer sonido de las siguientes palabras para formar una palabra nueva. (Ejemplo: tapa=capa) Casa, mesa, rosca, cocina, lección. Ahora, cambia el sonido del medio de las palabras de la siguiente lista para formar palabras nuevas. (Ejemplo: color=calor) Mono, cuadro, elegante. Luego, cambia el último sonido de las palabras de la siguiente lista para formar palabras nuevas. (Ejemplo: mar=más) Bolso, sol, música, manta.	Haz una búsqueda de fonemas. Busca objetos que empiecen con consonante, combinación de consonantes (por ejemplo: pl, cr, pr, tr) y palabras con sílabas cortas y largas (por ejemplo: amigo, batalla), dos vocales juntas (por ejemplo: aire) y palabras con doble "r" (por ejemplo: carro, perro). Escribe las palabras en una hoja y encierra con un círculo o resalta la parte especial de la fonética.
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decírselo	Juega el juego "Observo". En el patio o adentro, comprueba cuántos	Escribe una carta a un maestro y cuéntale algo de lo que hiciste estos últimos	Entrevista a tu papá/mamá, abuelo u otro familiar. Haz preguntas sobre su trabajo, la	Busca una piedra pequeña. Guía una reunión con tu familia por la mañana.	Pide a alguien que ponga un objeto en una caja o bolsa de papel (¡sin echar un

	<p>usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves-teachers">https://flipgrid.com/indianaloves-teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.</p>	<p>sentidos diferentes puedes usar, por ejemplo, ruidos, olores y vistas que puedes observar. Anota lo que observaste debajo de cada categoría de sentidos.</p>	<p>días. Pídele a un familiar que tome una fotografía y envíasela a tu maestro por correo electrónico.</p>	<p>experiencia en la escuela, o el crecimiento usando estas palabras: ¿cómo? ¿Dónde? ¿Por qué? ¿Cuándo?</p>	<p>Pregunta si alguno tiene un anuncio o noticia especial para el día. Solo puede hablar la persona que tiene la roca. Puedes pedirles que reflexionen sobre la mejor parte de su día. Asegúrate de que todos puedan hablar sin interrupciones.</p>	<p>vistazo!) Describe cómo se siente al tacto el objeto. Tu compañero puede darte pistas para ayudarte a adivinar lo que hay en la caja. También puedes hacerle preguntas. ¡Tomen turnos! Elige un objeto para que él también adivine.</p>
<b>Creatividad</b>	<p>Toma un trozo de papel y un marcador y siéntate al aire libre. Coloca tu papel de manera que la sombra de una planta o árbol se refleje en tu hoja, traza la sombra y usa colores brillantes para colorear la figura.</p>	<p>¡Crea una mariposa con un filtro de café! Usa marcadores para darle color al filtro de café. Rocía el filtro con agua para que los colores se distribuyan. Cuando los filtros estén secos, córtalos en la línea central para crear las alas de la mariposa y sujétalos con una banda elástica o con lo que tengas disponible. Recorta el cuerpo y las antenas y pégalas.</p>	<p>¡Practica ciencia y arte! Prepara tres tazas pequeñas con vinagre y agrega colorante alimentario a cada una. Espolvorea un poco de bicarbonato de sodio en el fondo de una olla. Vierte el vinagre coloreado en el bicarbonato de sodio y observa lo que ocurre. Intenta verter otros colores arriba. ¿Qué colores puedes crear?</p>	<p>¡Crea un bastón de la palabra para tu familia! Ve afuera y busca un palo que resulte interesante. Puedes decorar tu palo con hilo, pegándole decoraciones, pintándolo o de la manera que prefieras. Durante la cena esta noche, pasa el "bastón de la palabra" alrededor de la mesa. El que sostenga el bastón tiene que compartir la mejor parte de su día.</p>	<p>Usa tiza para hacer un dibujo en la acera. Para mayor diversión, haz un dibujo en el que puedas sumarte para una oportunidad para foto. Pídele a un adulto que tome tu fotografía.</p>	<p>Crea y decora una tarjeta "Pensando en ti" para alguien que no hayas visto por un tiempo. Pide a un adulto que la envíe por correo, o guárdala para dársela cuando vuelvas a verla.</p>
<b>Pensamiento crítico</b>	<p>Con un mazo de cartas, ordena las cartas de cuatro formas distintas, como mínimo.</p>	<p>Con los materiales que encuentres en tu casa, construye una casa. (Tamaño=que entre en un escritorio o mesa pequeña). ¡Que sea firme! Después de construirla, usa</p>	<p>Usa los materiales que encuentres en tu casa para construir una carrera de canicas. Sería como tipos de obstáculos que deben atravesar las canicas. Piensa dónde estará la salida</p>	<p>¿De cuántas maneras puedes demostrar tu pensamiento para este problema? El jardín tiene 12 flores rojas y algunas flores rosas. Hay 20 flores en total. ¿Cuántas flores</p>	<p>Lee o piensa en un libro que conozcas. Piensa en cómo podría haber terminado el cuento de otro modo. Escribe o cuéntale a alguien cómo hubieras terminado el cuento desde tu</p>	<p>¿Prefieres volar o ser invisible? Justifica tus motivos mediante la escritura o cuéntaselos a alguien. Piensa en otros poderes de superhéroe para comparar.</p>

		un secador de pelo para intentar derribarla (sopla por lo menos 10 segundos). Si se cae, piensa en cómo podrías hacerla más fuerte. Haz los cambios necesarios y vuelve a intentarlo.	y la llegada. Pruébala para ver cómo funciona y haz una pausa para pensar en un cambio que podría hacerla aún mejor.	son rosas? Muestra tu trabajo usando enlaces numéricos, marcos de 10, familia de datos e imágenes de alguna otra estrategia para probar tu respuesta.	punto de vista. ¿Qué cambios harías?	
<b>Colaboración</b>	Haz un plan con tu familia para hacer una cosa divertida todos los días desde ahora hasta el 1.º de mayo. Anota las actividades que elegiste y diviértete con tu familia a diario.	Trabaja con un adulto o hermano mayor, busca y lee una receta y prepárenla juntos. ¡También pueden disfrutarla juntos!	Construye un fuerte con almohadas con tu familia. Toma un libro y una linterna para leer en familia.	Haz una búsqueda del tesoro en toda la casa con tu familia. Busca tres objetos de diferentes tamaños y mide su longitud con objetos como clips o legos para comparar las diferencias.	Juega a "Adivina el número que estoy pensando" con tu familia. Anota un número de dos dígitos en una hoja de papel y dale pistas a tu familia para que puedan adivinar el número, por ejemplo: "Soy el número que da 39 menos 10".	Juega a cara y cruz con un compañero. El juego comienza con 10 monedas de 1 centavo cada uno. Túrnense para tirar cada moneda y registren cuántas caras o cruces obtuvieron. Escribe una oración numérica al final de cada ronda (por ejemplo: seis caras y cuatro cruces serían $6+4=10$ ).
<b>Bienestar social y emocional</b>	¿Qué significa la palabra "paciencia"? Paciencia significa esperar tranquilamente algo o a alguien sin quejarse. Conversa con un adulto de tu casa sobre lo siguiente: ¿Cómo se ve la paciencia? ¿Cómo sabemos cuándo alguien demuestra paciencia? ¿Cuándo has	Comenta la siguiente frase con un adulto de tu casa: "Palos y piedras romperán mis huesos, pero las palabras nunca me harán daño". ¿Qué crees que significa esta frase? Las palabras pueden lastimar, y en efecto, lastiman. Las palabras pueden ser útiles o	¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!	¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras	Completa las siguientes frases: Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco/siento: Que pruebo:	Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:  1. ¿Qué estoy sintiendo? 2. ¿Cuáles son mis opciones? 3. ¿Qué es lo que realmente importa?

	demostrado paciencia?	hirientes. Las palabras pueden ser amables o desagradables. ¿Puedes pensar en algunos ejemplos?		(manteniendo la distancia segura).		
<b>Salud y actividad física</b>	¿Puedes hacer cada letra del abecedario con tu cuerpo? ¡Inténtalo!	Elige un libro para leer y selecciona una "palabra que indica acción" que se repetirá con frecuencia. Cuando leas la "palabra que indica acción", levántate y vuelve a sentarte.	Simula que: Te sientas en una silla por 10 segundos, tiras una pelota de básquet 10 veces, andas a caballo, eres una rana y levantas un auto.	Durante un corte comercial televisivo, da una vuelta entera alrededor de tu casa. ¿Sigue el corte comercial? Hazlo de nuevo, pero esta vez caminando rápido para no perderte nada.	Lanza un objeto blando al aire. Comprueba cuántas veces puedes aplaudir antes de que lo atrapes.	¡Ordena mientras caminas como un cangrejo! Lleva cosas en tu barriga por toda la habitación para ordenarlas.

## Desafío de aprendizaje continuo - Segundo grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	Elige al azar lugares de un mapa e intenta nombrarlos. Nombra lugares como océanos, continentes, mares, países e incluso estados y ciudades en mapas más chicos. Compite con un miembro de la familia para ver quién tiene más aciertos sin equivocarse.	Sé un detective de las palabras y busca palabras de una, dos, tres y cuatro sílabas. Lleva un registro de tus palabras en un cuaderno de detective de palabras, que puedes hacer con hojas dobladas por la mitad.	Elige una pregunta para una encuesta con cinco categorías. Llama a tu familia y amigos para hacerles la pregunta. Crea una gráfica de barras con sus respuestas.  Por ejemplo: ¿Cuál es tu helado preferido? ¿Chocolate, vainilla, fresa, naranja o mantequilla de maní?	Escribe una carta a tus padres intentando convencerlos de hacer o probar algo nuevo.  Por ejemplo: Intenta convencer a un familiar de tener una mascota.	Tira dos dados para formar un número de dos dígitos. Vuelve a tirar los dados para formar otro número de dos dígitos. Suma los números. Para un desafío extra, intenta sumar tres números de dos dígitos o cuatro números de dos dígitos.	Recopila palabras compuestas que encuentres durante tu lectura diaria y anótalas en tu cuaderno de detective de palabras que creaste antes. Asume el desafío y crea tus propias palabras compuestas.
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decirselo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a	Escribe una carta a tu maestro sobre una cosa que hayas hecho esta semana.	Dale las gracias a alguien con una tarjeta artesanal. No te olvides de agregar un saludo, cierre y muchos detalles.	Escribe una nota y haz un dibujo para los residentes de las residencias de ancianos. En este momento, no permiten visitas. Pide a un miembro de tu familia que te ayude a enviarla por correo.	Crea y cuenta un cuento usando solo imágenes. Cuéntale tu cuento a un familiar mientras usas las imágenes como referencia.	Escribe tu opinión sobre por qué deberías salvar o estrujar una hormiga. Fundamenta tu opinión con tres razones. Haz una tabla para mostrar cuántas personas están de acuerdo o no están de acuerdo con tu postura.

	través de las redes sociales.					
<b>Creatividad</b>	Guarda cajas de cereal vacías, latas de refresco u otros recipientes de alimentos limpios. Pinta y decora los recipientes para crear una ciudad con edificios de distinto tamaño y forma.	Dibuja animales en un cartón o papel vertical de 3"x5". Asegúrate de dibujar la cabeza, el torso y las patas del animal. Corta el dibujo entre tres partes. Mezcla y une las piezas para formar nuevos animales. Dale un nuevo nombre a tus animales.	¡Crea una mariposa con un filtro de café! Usa marcadores para darle color al filtro de café. Rocía el filtro con agua para que los colores se distribuyan. Cuando los filtros estén secos, córtalos en la línea central para crear las alas de la mariposa y sujétalos con una banda elástica o con lo que tengas disponible. Recorta el cuerpo y las antenas y pégalas.	¡Crea una pintura secreta! Con un crayón blanco sobre una hoja blanca, haz un dibujo secreto para alguien. Dale el dibujo a la persona y pídele que use acuarelas o diluya su pintura y que pinte sobre tu dibujo. El crayón ceroso hará desaparecer la pintura y ¡aparecerá tu dibujo!	Toma un trozo de papel y un marcador y siéntate al aire libre. Coloca tu papel de manera que la sombra de una planta o árbol se refleje en tu hoja, traza la sombra y usa colores brillantes para colorear la figura.	Crea una pista de obstáculos con tiza para la acera y artículos del hogar. Pide a un familiar que lo complete contigo.
<b>Pensamiento crítico</b>	Imagina que vives en un mundo con solo 20 palabras. Puedes usar estas palabras las veces que quieras, pero no puedes usar otras palabras. ¿Qué palabras elegirías?	Escribe una respuesta a estas preguntas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo sería de diferente la vida si las personas solo pudieran ir de un lugar a otro caminando?</li> <li>• ¿Cómo sería de diferente la vida si el sol nunca se pusiera?</li> </ul>	Cuántas palabras puedes formar con las letras de la frase: "La primavera ya llegó". Registra todas las palabras que encuentres en una hoja.	Haz una lista de actividades divertidas que quieras hacer esta primavera y verano con tu familia.	Escribe la respuesta a esta pregunta. ¿Te gustaría ser un inventor famoso o un autor famoso? ¿Por qué?	Diseña un crucigrama con los nombres de comidas que crees que les gustaría comer a las hormigas. Si las hormigas preparan por tu despensa, ¿qué encontrarían para comer? Pídele ayuda a un adulto.
<b>Colaboración</b>	Trabajen juntos para construir una torre tan alta como cada miembro de la familia. Para un desafío extra, mide cada torre en pulgadas y centímetros.	Traza el contorno de la mano de los miembros de tu familia. Luego, recórtalas y usa todas las manos para crear una obra de arte.	Elige un objeto de tu casa, como un peluche. Pídeles a todos que se sienten formando un círculo. La persona que sostiene el objeto	¿Sabías que las hormigas se filan en línea y se siguen unas a otras? Reúnete con uno o dos amigos por videochat (o con tu familia) para diseñar un	Pide a cada miembro de la familia que piense en una comida preferida para preparar o comer. Luego, recopila las recetas en una caja o libro de	Las hormigas pueden comunicarse entre sí para saber dónde está su alimento. Diseña un laberinto para que las hormigas

			comienza a contar un cuento. Pasa el objeto después de agregar una nueva idea. Comprueben qué cuento absurdo pueden crear sobre el objeto.	desfile. Elige una canción y crea algunos movimientos. ¿Cuándo desfilas levantando las rodillas? ¿Llevarás algo como las hormigas? Registra tu baile.	algún tipo. ¡Llama a tus abuelos, tías y tíos para que también participen!	lleguen a la comida. Invita a un miembro de tu familia a que lo intente.
<b>Bienestar social y emocional</b>	Paciencia significa esperar tranquilamente algo o a alguien sin quejarse. Conversa con un adulto de tu casa sobre lo siguiente: ¿Cómo se ve la paciencia? ¿Cómo sabemos cuándo alguien demuestra paciencia? ¿Cuándo has demostrado paciencia?	Comenta la siguiente frase con un adulto de tu casa: "Palos y piedras romperán mis huesos, pero las palabras nunca me harán daño". ¿Qué crees que significa esta frase? Las palabras pueden lastimar, y en efecto, lastiman. Las palabras pueden ser útiles o hirientes. Las palabras pueden ser amables o desagradables. ¿Puedes pensar en algunos ejemplos?	¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!	¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).	Completa las siguientes frases: Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco/siento: Que pruebo:	Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:  1. ¿Qué estoy sintiendo? 2. ¿Cuáles son mis opciones? 3. ¿Qué es lo que realmente importa?
<b>Salud y actividad física</b>	Pon cinta o ata un hilo, cuerda u otros elementos entre una puerta o un mueble. Intenta meterte por la "red" sin quedar atrapado ni tocar ninguna parte de la red.	Busca un escalón o banco y salta 50 veces. Ten cuidado. ¡Descansa si lo necesitas!	Acuéstate boca abajo apoyándote con los antebrazos. Repta por la habitación arrastrando tu cuerpo como si te desplazaras debajo de un alambre de púas.	Da saltos con una sola pierna 30 veces, cambia de pierna. Da 10 pasos gigantes. Camina con las rodillas. Haz un baile absurdo. ¡Corre a toda velocidad por 10 segundos!	Coloca las manos en el piso y lleva lentamente la frente al piso balanceando los codos en tus rodillas.	Con una cesta o cubeta de la ropa sucia, practica lanzar un objeto pequeño dentro. Cada vez que emboques, retrocede un paso.

## Desafío de aprendizaje continuo - Tercer grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	<p>Escribe una carta a tu maestro para convencerlo del libro que elegirías para la próxima lectura en voz alta. Proporciona por lo menos tres razones por las que debería tener en cuenta tu elección de libro. Pídele a un adulto que tome una foto de tu carta escrita o que la escriba en la computadora para enviársela por correo electrónico a tu maestro.</p>	<p>Busca en tu cocina la mayor cantidad de formas de medidas que puedas. Por ejemplo, una botella de agua podría usar onzas y un paquete de harina podría usar libras. Haz una gráfica usando el tipo de medida en el eje horizontal y la cantidad de elementos que usan esa medida en el eje vertical. ¿Cuántos objetos de la cocina se miden en onzas?</p>	<p>Toma un bol con agua y algunas tazas de medir. Haz una tabla para organizar cuántas tazas necesitas para completar el recipiente. ¿Observas un patrón? ¿Este patrón coincide con cucharas de medir?</p>	<p>Corta el extremo de la raíz de una cebolla verde, u otra verdura de raíz, y colócalo en agua. Observa cómo vuelve a crecer el tallo. Lleva un seguimiento de su crecimiento en una tabla, midiendo los días y la altura que crece cada día. Agrega esquemas a tu tabla para ilustrar el crecimiento.</p>	<p>Planifica leer un libro o un capítulo a un miembro de la familia. Antes de la lectura, repasa el fragmento varias veces para asegurarte de que conoces todas las palabras. Prueba diferentes voces para que cuando leas el fragmento suene muy bien.</p>	<p>Coloca una taza de plástico afuera. Cuando llueva, controla la taza y mide cuánta agua de lluvia recolectó. Vuelca el contenido de la taza y vuelve a comprobar al día siguiente a la misma hora. Representa tus resultados en una gráfica por una semana y observa si hay algún patrón. Haz dibujos de tus observaciones diarias.</p>
<b>Comunicación</b>	<p>¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decírselo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de</p>	<p>Crea un póster muy amigable que le robe una sonrisa a las personas que pasan. Coloca el póster en la ventana de tu casa para que todos puedan verlo.</p>	<p>Crea un diccionario con las palabras nuevas que encuentres. Anota las palabras que realmente llaman tu atención y que quisieras usar en tus conversaciones o en tu escritura.</p>	<p>Llama a un familiar adulto y haz una entrevista sobre alguna época de la historia que hayan vivido. ¿Tuvo miedo? ¿Fue interesante? ¿Dónde estaba cuando ocurrió?</p>	<p>Llama a tus vecinos y planifica un evento para ejercitarse en el vecindario. Cada familia sale a una hora determinada, pero permanece en el frente de la puerta de su casa. Piensa con anticipación</p>	<p>Busca un poema o escribe uno y léeselo a un familiar que viva lejos. Pídele que busque un poema para ti y túrnense para intercambiar poemas interesantes.</p>

	reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.				qué ejercicios van a hacer juntos.	
<b>Creatividad</b>	Recorta una imagen de una revista. Pégala en una hoja de papel en blanco. Imagina una nueva escena para que sea parte de la imagen que recortaste. Dibuja esa nueva escena alrededor de la imagen recortada, llenando toda la hoja con detalles.	Dibuja animales en un cartón o papel vertical de 3"x5". Asegúrate de dibujar la cabeza, el torso y las patas del animal. Corta el dibujo entre tres partes. Mezcla y une las piezas para formar nuevos animales. Dale un nuevo nombre a tus animales.	¡Crea una pintura secreta! Con un crayón blanco sobre una hoja blanca, haz un dibujo secreto para alguien. Cuando le des el dibujo a la persona, pídele que use acuarelas o diluya su pintura y que pinte sobre tu dibujo. El crayón ceroso hará desaparecer la pintura y ¡aparecerá tu dibujo!	¡Haz un comedero de pájaros reciclado! Busca un envase de cartón limpio (de leche, jugo, etc.) y corta un agujero para que pueda entrar el pájaro. Pega un palito como posadero delante del agujero. Decóralo como más te guste y cuélgalo con un hilo.	Crea una pista de obstáculos con tiza para la acera y artículos del hogar. Pide a un familiar que lo complete contigo.	¡Crea una caja de tesoros de la naturaleza! Consigue un cartón de huevos viejo y limpio, y sal a caminar por la naturaleza. Mientras caminas, recolecta semillas, piedras, piñas, flores y otras cosas que te parezcan interesantes. Pon un tesoro en cada hueco de tu cartón. ¡Diseña un cartel para tu caja de tesoros!
<b>Pensamiento crítico</b>	Elige un libro para leer, que también tenga una versión en película. Después de leer el libro (solo o con tu familia), mira la película. Haz un diagrama para comparar y contrastar las dos versiones.	Busca un libro de recetas que tengas en tu casa y lee algunas recetas. ¿Qué notas? ¿Qué patrones observas? ¿En qué se diferencia un libro de recetas de otros libros? Escribe tu propia receta con algún alimento que conozcas o inventa una propia.	Busca una bolsa de papas fritas u otro artículo preenvasado de la despensa. Mira la información nutricional en la parte de atrás y averigua cuántas porciones trae el paquete. ¿Cuántas porciones necesitarías consumir para obtener suficiente cantidad de: proteínas, calcio o hierro? ¿Cuántas porciones podrías comer	Construye la torre más alta que puedas crear con tus Legos, bloques, materiales reciclables u otros elementos que encuentres en tu casa. Cuando llegues a la altura máxima, vuelve a mirarla y prueba de hacer algún cambio en tu diseño para que la segunda vez sea aún más alta.	Haz un plan de comidas para un día. ¿Tienes todos los ingredientes? ¿Qué otras cosas necesitas? ¿Qué tipo de habilidades culinarias necesitarás? ¿Cuánto te llevará preparar cada comida?	Haz flexiones, saltos de tijera, abdominales u otros ejercicios que conozcas. Intenta descubrir los músculos que sientes que hacen el mayor esfuerzo.



			antes de llegar al máximo de calorías diarias?			
<b>Colaboración</b>	<p>Con un miembro de la familia, elige un libro o un capítulo de un libro para leer juntos. Decide con anticipación cómo quieres leer el libro. ¿Se turnarán a medida que se presentan los distintos personajes? ¿Cada uno leerá una página? ¿O un capítulo? Haz un plan y ve cómo se desarrolla.</p>	<p>Crea un laberinto y pídele a un amigo o miembro de la familia que lo resuelva. Pregúntales qué cosas lo hubiesen hecho más desafiante. Intenta hacer una laberinto más difícil teniendo en cuenta sus comentarios.</p>	<p>Pide a un adulto que te enseñe una nueva habilidad culinaria; también pueden aprenderla juntos.</p>	<p>Configura la alarma para levantarte juntos antes de que salga el sol. Mira cómo cambian los colores del cielo. Conversa con tu familia sobre tus sensaciones. Elige un punto para ver el atardecer todos juntos alguna tarde.</p>	<p>Conversa con tu familia acerca de probar una fruta o verdura nueva. Busca maneras de cocinarla o comerla; luego, haz un plan para probarla en una de las comidas de tu familia. ¿Qué les pareció a todos? ¿Estuvo buena? ¿La agregarán a sus comidas regulares?</p>	<p>Creen un juego de Dígalo con mímica juntos. Cada miembro de la familia puede elegir un sustantivo o verbo, que luego anotarán en un papel y colocarán en un recipiente. Jueguen a este juego en lugar de ver un programa, y comprueben cómo les va adivinando las pistas de cada uno.</p>
<b>Bienestar social y emocional</b>	<p>¿Qué significa la palabra "paciencia"? Paciencia significa esperar tranquilamente algo o a alguien sin quejarse. Conversa con un adulto de tu casa sobre lo siguiente: ¿Cómo se ve la paciencia? ¿Cómo sabemos cuándo alguien demuestra paciencia? ¿Cuándo has demostrado paciencia?</p>	<p>Comenta la siguiente frase con un adulto de tu casa: "Palos y piedras romperán mis huesos, pero las palabras nunca me harán daño". ¿Qué crees que significa esta frase? Las palabras pueden lastimar, y en efecto, lastiman. Las palabras pueden ser útiles o hirientes. Las palabras pueden ser amables o desagradables. ¿Puedes pensar en algunos ejemplos?</p>	<p>¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!</p>	<p>¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).</p>	<p>Completa las siguientes frases: Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco/siento: Que pruebo:</p>	<p>Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué estoy sintiendo?</li> <li>2. ¿Cuáles son mis opciones?</li> <li>3. ¿Qué es lo que realmente importa?</li> </ol>
<b>Salud y</b>	Pon cinta o ata	Crea una pista	Compite con un	Mientras miras	Con una cesta	Elige un punto

<p><b>actividad física</b></p>	<p>un hilo, cuerda u otros elementos entre una puerta o un mueble. Intenta meterte por la "red" sin quedar atrapado ni tocar ninguna parte de la red.</p>	<p>de obstáculos: Con los almohadones del sillón, ollas y sartenes, y gran cantidad de objetos del hogar, construye una pista de obstáculos atractiva y desafiante.</p>	<p>miembro de tu familia para ver quién puede limpiar más en una habitación o área designada de tu casa.</p>	<p>TV, cada vez que escuches tu nombre, completa 10 saltos de tijera.</p>	<p>o cubeta de la ropa sucia, practica lanzar un objeto pequeño dentro. Cada vez que embocas, retrocede un paso.</p>	<p>de partida y salta lo más lejos que puedas. Inténtalo tres veces para ver lo lejos que llegas.</p>
--------------------------------	---	---	--	---	--	---

## Desafío de aprendizaje continuo - Cuarto grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	¿De cuántas maneras distintas puedes formar el número 48 usando la suma, resta, multiplicación y división?	Para darle un giro al juego de cartas tradicional, "War" (Guerra), asigna los siguientes valores: 1 al as, 11 a la sota, 12 a la reina y 13 al rey, y el valor nominal de las cartas del 2 al 10. Saca dos cartas para formar una fracción; el que tiene la fracción mayor gana la ronda.	Crea una historieta o novela gráfica con un principio, desarrollo y final bien definidos. Asegúrate de incluir diálogo en tu historieta o novela gráfica, además de un problema y solución claras. Cuando la termines, compártela con alguien.	Usa un dado de seis caras o un mazo de cartas. Con un compañero, elige con cuántos dígitos quieren jugar. (Tus números deben tener la misma longitud, entre cuatro y nueve dígitos de largo). Antes de jugar, decide si el número más alto o más bajo será el ganador. Túrnense para tirar el dado, o sacar una carta, y completar los espacios en blanco con el número obtenido/elegido. Una vez que se escribe el número, no se puede cambiar. Tira hasta completar todos los espacios en blanco y luego compara los números. Resta para hallar la diferencia entre los números.	Busca piedras en tu patio y agrúpalas por tipo. Justifica tu elección escribiendo por qué crees que cada piedra va en el grupo que la pusiste.	Enumera todos los múltiplos (en orden) de un número que elijas. Compite con tu papá/mamá o hermano para ver quién pasa primero el número cien.
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador	Piensa en algo en lo que te	Escribe una carta a tu	Cuéntale a alguien de tu	Con ayuda de un adulto de	Enséñales a tus padres o

	<p>increíble? Graba un breve video para decirse lo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.</p>	<p>consideres un experto. Haz un video enseñándoles a los demás sobre este tema y luego envíaselos a un miembro de tu familia o amigo.</p>	<p>personaje preferido del libro que estés leyendo. Puedes hacerle todas las preguntas que tengas. Cuéntale cómo te sientes con respecto a algunas decisiones que tomó el personaje a lo largo del libro.</p>	<p>familia un cuento para ir a dormir. Asegúrate de desarrollar personajes y usar detalles descriptivos para sustentar tu historia principal o tema. Incluye una trama interesante y una conclusión sorprendente.</p>	<p>confianza, toma una foto de alguna actividad que hayas completado esta semana y compártela en las redes sociales.</p>	<p>hermanos cómo resolver problemas de multiplicación usando el modelo de área.</p>
<b>Creatividad</b>	<p>Crea un perfil con tubo de cartón. Usa los tubos reciclados de papel higiénico o de cocina, corta la parte de arriba para que las secciones se asemejen a una torre. Dibuja ventanas y decóralas como si fuera un perfil de edificio.</p>	<p>Dibuja animales en un cartón o papel vertical de 3"x5". Asegúrate de dibujar la cabeza, el torso y las patas del animal. Corta el dibujo entre tres partes. Mezcla y une las piezas para formar nuevos animales. Dale un nuevo nombre a tus animales.</p>	<p>¡Haz un comedero de pájaros reciclado! Busca un envase de cartón limpio (de leche, jugo, etc.) y corta un agujero para que pueda entrar el pájaro. Pega un palito como posadero delante del agujero. Decóralo como más te guste y cuélgalo con una cuerda.</p> 	<p>Arte óptico con líneas verticales. Dibuja cuatro líneas verticales apenas onduladas que bajen por tu hoja. Dibuja una línea horizontal que divida tu página por la mitad. Entre las líneas verticales y por encima de la línea horizontal, dibuja líneas que se arqueen hacia arriba. Debajo de la línea horizontal, dibuja líneas que se arqueen hacia abajo. Agrega colores alternados.</p> 	<p>Simula que eres un ave que vuela por tu vecindario. ¿Cómo se ve tu vecindario desde arriba? Haz un dibujo de lo que crees que verás.</p>	<p>¡A dibujar líneas desordenadas! Comienza a dibujar algunas líneas desordenadas en una hoja. Continúa hasta que completes la hoja. Usa tu imaginación para dar vueltas con tus líneas y crear un pez. Termina tu pez dibujando las aletas, escamas, ojos y demás. ¡No te olvides de dibujar el fondo y darle color!</p>
<b>Pensamiento crítico</b>	<p>Crea una pista de obstáculos afuera y úsala con algunos miembros de tu</p>	<p>Lee un libro y luego mira la película y escribe una comparación de</p>	<p>Piensa en uno de tus cuentos preferidos. Vuelve a contar el cuento con</p>	<p>Pide a cada integrante de tu familia que recolecte algunos</p>	<p>Piensa en un problema que puedas resolver hoy. ¿Cómo lo</p>	<p>Planifica tus vacaciones soñadas. Si puedes, investiga el</p>

	familia.	ambos mediante un diagrama de Venn. Escribe un párrafo que explique cuál te gustó más y por qué.	tus propias palabras; luego, vuelve a contarlo desde la perspectiva de un personaje diferente.	elementos. Practica hacer trueques y comerciar como hacían los comerciantes.	resolverías? Escribe o enséñale tu plan a un miembro de tu familia.	destino. En tu planificación, puedes incluir el costo y las actividades que te gustaría hacer.
<b>Colaboración</b>	Haz un castillo de cartas poniendo las cartas de pie desde su extremo. ¿Qué altura alcanza tu castillo? Mídalo usando una regla o una unidad de medida estándar. (bloques, etc.)	Haz una lista de todas las maneras distintas en las que puedes usar fracciones en el mundo real. Pídeles a tus padres y hermanos que participen de la lista. Vean cuántas maneras diferentes pueden conseguir.	Siéntense en familia e intenten pensar en una lista de 25 cosas que les gustaría hacer juntos. Asegúrense de que los ítems abarquen cosas realizables en un día hasta algo que pueda resultar absurdo o imposible. Trabajen para tildar las cosas cada mes hasta que pasen a la siguiente.	Prepara la cena con un miembro de tu familia. ¡Usa tus habilidades de medición y fracciones para ayudar!	Forma dos o más equipos. Trabajando en equipo, usa mini malvaviscos y espaguetis crudos para construir la torre independiente más alta que puedan. Opción: pueden usar una tira de cinta adhesiva de 10 pulgadas (25 cm) para cada torre.	Inventa un nuevo refrigerio delicioso y saludable con los ingredientes que tengas en la cocina. Planifica y trabaja con un miembro de la familia para prepararlo.
<b>Bienestar social y emocional</b>	¿Qué significa la palabra "paciencia"? Paciencia significa esperar tranquilamente algo o a alguien sin quejarse. Conversa con un adulto de tu casa sobre lo siguiente: ¿Cómo se ve la paciencia? ¿Cómo sabemos cuándo alguien demuestra paciencia? ¿Cuándo has demostrado paciencia?	Tu familia elige una palabra (feliz, paz, amor, etc.). Todos eligen un objeto que represente la palabra, un signo de paz, un almohadón de emoticón, etc. Todos esconden su objeto y cuando alguien lo encuentra (hacen una tarea para otro integrante de la casa, gritan, por ejemplo, "Encontré tu alegría" o lo que la familia decida). Luego, lo esconden y vuelven a empezar.	¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!	¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).	Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:  1. ¿Qué estoy sintiendo? 2. ¿Cuáles son mis opciones? 3. ¿Qué es lo que realmente importa?	La gratitud es un sentimiento de apreciación. Reconoces el valor de una cosa, pero no relacionado con su valor monetario. Incluso en situaciones difíciles, siempre tenemos algo o alguien a quien agradecerle. Completa las oraciones: Estoy agradecido por tres cosas que Estoy agradecido por estas tres cosas que azules: animales: amigos: maestros: familia:

						bienes:
<b>Salud y actividad física</b>	Pon cinta o ata un hilo, cuerda u otros elementos entre una puerta o un mueble. Intenta meterte por la "red" sin quedar atrapado ni tocar ninguna parte de la red.	No bien te levantes de la cama, mueve tu cuerpo de alguna manera que te guste por 10 segundos. ¿Estás despierto ahora? ¡Bien! Ahora da 10 saltos de alegría.	Completa 25 de los siguientes ejercicios: Saltar, levantar las rodillas, caminar hacia atrás.	Pon tu canción preferida o enciende la radio. ¡Baila como más te guste durante toda la canción!	Elige un punto de partida y salta lo más lejos que puedas. Inténtalo tres veces para ver lo lejos que llegas.	Elige un libro para leer y selecciona una "palabra que indica acción" que se repetirá con frecuencia. Cuando leas la "palabra que indica acción", levántate y vuelve a sentarte.

## Desafío de aprendizaje continuo - Quinto grado

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Se trata de actividades estupendas para pedirle a su hijo que las intente por su cuenta o con un poco de ayuda. El desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que el niño cree sus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las complete. Comparta algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	¿De cuántas maneras distintas puedes formar el número 60 usando la suma, resta, multiplicación y división?	Para darle un giro al juego de cartas tradicional, "War" (Guerra), asigna los siguientes valores: 1 al as, 11 a la sota, 12 a la reina y 13 al rey, y el valor nominal de las cartas del 2 al 10. Saca dos cartas para formar una fracción; el que tiene la fracción mayor gana la ronda.	Usa un dado de seis caras o un mazo de cartas. Con un compañero, elige con cuántos dígitos quieren jugar. (Tus números deben tener la misma longitud, entre cuatro y nueve dígitos de largo). Antes de jugar, decide si el número más alto o más bajo será el ganador. Túrnense para tirar el dado, o sacar una carta, y completar los espacios en blanco con el	Crea una historieta o novela gráfica con un principio, desarrollo y final bien definidos. Asegúrate de incluir diálogo en tu historieta o novela gráfica, además de un problema y solución claras. Cuando la termines, compártela con alguien.	Menciona la mayor cantidad de tribus de indígenas norteamericanos que son parte de la historia de Indiana. Incluso podrías incluir las tribus de indígenas norteamericanos que tienen tierras en Indiana actualmente. Elige una de esas tribus. <a href="#">Lee</a> sobre la tribu que elegiste. Escribe una carta a un miembro de la tribu y hazle tres	Busca piedras en tu patio y agrúpalas por tipo. Justifica tu elección escribiendo por qué crees que cada piedra va en el grupo que la pusiste.

			número obtenido/elegido. Una vez que se escribe el número, no se puede cambiar. Tira hasta completar todos los espacios en blanco y luego compara los números. Resta para hallar la diferencia entre los números.		preguntas.	
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decírselo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianalovestechers">https://flipgrid.com/indianalovestechers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.	Piensa en algo en lo que te consideres un experto. Haz un video enseñándoles a los demás sobre este tema y luego envíalo a un miembro de tu familia o amigo. Otra opción es llamarlos, si no puedes hacer un video.	Escribe una carta a tu personaje preferido del libro que estés leyendo. Puedes hacerle todas las preguntas que tengas. Cuéntale cómo te sientes con respecto a algunas decisiones que tomó el personaje a lo largo del libro.	Cuéntale a alguien de tu familia un cuento para ir a dormir. Asegúrate de desarrollar personajes y usar detalles descriptivos para sustentar tu historia principal o tema. Incluye una trama interesante y una conclusión sorprendente.	Escribe algunos poemas. Invita a tu familia a que también escriban un poema. Presenta una noche de poesía donde puedan compartir los poemas en voz alta. Hazlo más divertido y apaga la televisión; también puedes preparar un refrigerio.	Crea la biografía de un miembro de tu familia (abuela, abuelo, etc.) para guardar. Pregúntales dónde nacieron o crecieron. ¿Cómo era la escuela? ¿A qué jugaban cuando eran chicos? ¿Cuál es su mayor orgullo en la vida? ¿Qué lecciones de vida aprendieron?
<b>Creatividad</b>	¡Crea arte óptico con líneas convergentes! Haz un punto en el centro de la hoja. Dibuja seis líneas un poco onduladas desde el punto central hasta el borde de la hoja. Enumera las secciones del uno al seis. Dibuja líneas que se arquean hacia arriba en las secciones uno, tres y cinco. Dibuja líneas que se arquean hacia abajo en	Elige un objeto simple para dibujar, como una flor. Simula que la observas a través de una lupa. Enfócate en dibujar solo lo que ves en la lupa y dibújalo en grande. Completa la hoja con tu dibujo aumentado.	¡Haz un comedero de pájaros reciclado! Busca un envase de cartón limpio (de leche, jugo, etc.) y corta un agujero para que pueda entrar el pájaro. Pega un palito como posadero delante del agujero. Decóralo como más te guste y cuélgalo con una cuerda.	Usa tiza para la acera para crear una pista de obstáculos en la acera para tus vecinos. Puedes incluir un salto de longitud, una rayuela, carrera y ¡mucho más! ¡Asegúrate de incluir la línea de llegada!	¡A dibujar líneas desordenadas! Comienza a dibujar algunas líneas desordenadas en una hoja. Continúa hasta que completes la hoja. Usa tu imaginación para dar vueltas con tus líneas y crear un pez. Termina tu pez dibujando las aletas, escamas, ojos y demás. ¡No te olvides de dibujar el fondo y darle color!	¡Crea un móvil de la naturaleza! Consigue una rama de afuera y un poco de hilo o cuerda. Junta algunas hojas, piñas, flores, cosas que te resulten interesantes. Corta varios trozos de cuerda de distinto largo. Ata tus objetos en diferentes partes de la cuerda y, por último, ata la cuerda a la

	<p>las secciones dos y cuatro. Agrega color en líneas alternadas.</p> 					<p>rama. Ata otra cuerda en los extremos de la rama para que puedas colgarlo y mostrar tu arte.</p> 
<b>Pensamiento crítico</b>	<p>Crea una pista de obstáculos afuera y escribe una adivinanza difícil. Luego, úsala con algunos miembros de tu familia.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p><b>Me compran para comer, pero nunca me comen. ¿Quién soy?</b></p> </div>	<p>Lee un libro y luego mira la película y escribe una comparación de ambos mediante un diagrama. Escribe un párrafo que explique cuál te gustó más y por qué.</p>	<p>Piensa en uno de tus cuentos preferidos. Vuelve a contar el cuento con tus propias palabras; luego, vuelve a contarlo desde la perspectiva de un personaje diferente.</p>	<p>Construye una torre usando tarjetas en blanco de 3" x 5", clips, etc. Comprueba si puedes llegar a 18 pulgadas de alto. ¿Puedes modificarla para que soporte un libro de tapa dura?</p>	<p>Piensa en un problema que puedas resolver hoy. ¿Cómo lo resolverías? Escribe o enséñale tus planes a un miembro de tu familia y dibuja o construye un modelo.</p>	<p>Planifica tus vacaciones soñadas. Si puedes, investiga el destino. En tu planificación, puedes incluir el costo y las actividades que te gustaría hacer.</p>
<b>Colaboración</b>	<p>Inventa un nuevo refrigerio delicioso y saludable con los ingredientes que tengas en la cocina. Planifica y trabaja con un miembro de la familia para prepararlo.</p>	<p>Siéntense en familia e intenten pensar en una lista de 25 cosas que les gustaría hacer juntos este año. ¡Sean creativos y participen todos! Asegúrense de que los ítems abarquen cosas totalmente realizables en un día hasta algo que pueda resultar absurdo o imposible. Trabajen para</p>	<p>Usa un dado, cuatro dados o cartas (usa el as como uno, y las cartas hasta el nueve). En una hoja con renglones, escribe 0 en la parte de arriba, lanza los dados (o un dado cuatro veces) o saca cuatro cartas de la pila, ordena los números de la manera que quieras. Luego, coloca el punto decimal donde</p>	<p>Usa cuatro dados o cartas (usa el as como uno, y las cartas hasta el nueve). En una hoja con renglones, escribe 100 en la parte de arriba, lanza los dados (o un dado cuatro veces) o saca cuatro cartas de la pila, ordena los números de la manera que quieras.</p>	<p>Escribe una historia con un miembro de la familia. Intercambien escribir una o dos oraciones cada uno hasta que tengan un cuento completo. Intenten colaborar en el cuento sin hablarse entre sí.</p>	<p>Comienza un diario con tu papá o mamá. Puedes escribir sobre tu día y sentimientos. También pueden hacerse preguntas mutuamente. Esta será una gran oportunidad para tener el tiempo a solas que tal vez necesites de un ser querido y para</p>

		tildar las cosas cada mes hasta que pasen a la siguiente.	quieras. Solo puedes sacar cuatro cartas y debes usar un punto decimal. Suma el número que formaste al cero. En 10 turnos, intenta acercarte lo más que puedas a 100 y no pasarte. ¡Si lo logras, eres el ganador! ¡Asegúrate de alinear los decimales! Si sacas 2, 3, 8 y 6, podrías formar el número 2,863 u 82,63 o 0,2836, según lo que necesites para llegar a 100.	Luego, coloca el punto decimal donde quieras. Solo puedes sacar cuatro cartas y debes usar un punto decimal. Resta el número que formaste a 100. En 10 turnos, intenta acercarte lo más que puedas a 0 y no pasarte. ¡Si lo logras, eres el ganador! ¡Asegúrate de alinear los decimales! Si sacas 2, 3, 8 y 6, podrías formar el número 2,863 u 82,63 o 0,2836, según lo que necesites para llegar a 0.		conectarte con él.
<b>Bienestar social y emocional</b>	La gratitud es un sentimiento de apreciación. Reconoces el valor de una cosa, pero no relacionado con su valor monetario. Incluso en situaciones difíciles, siempre tenemos algo o alguien a quien agradecerle. Completa las oraciones: Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco o siento: Que pruebo: Estoy agradecido por	¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!	¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).	Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:  1. ¿Qué estoy sintiendo? 2. ¿Cuáles son mis opciones? 3. ¿Qué es lo que realmente importa?	Tu familia elige una palabra (feliz, paz, amor, etc.). Todos eligen un objeto que represente la palabra, un signo de paz, un almohadón de emoticón, etc. Todos esconden su objeto y cuando alguien lo encuentra (hacen una tarea para otro integrante de la casa, gritan, por ejemplo, "Encontré tu alegría" o lo que la familia decida). Luego, lo esconden y vuelven a empezar.	"En lugar de distanciamiento social, nos separamos físicamente juntos". Durante toda la semana próxima, intenta conectarte con alguien (la misma persona o siete personas distintas) todos los días de forma virtual, ya sea por mensaje de texto, correo electrónico o redes sociales. Mantén contacto y pregúntale cómo se siente y también

	<p>estas tres cosas azules: animales: amigos: maestros: familia: bienes:</p>					<p>comparte tus sensaciones. ¡Anímalo a hacer lo mismo que tú!</p>
<p><b>Salud y actividad física</b></p>	<p>Pon cinta o ata un hilo, cuerda u otros elementos entre una puerta o un mueble. Intenta meterte por la "red" sin quedar atrapado ni tocar ninguna parte de la red.</p>	<p>Pon tu canción preferida o enciende la radio. ¡Baila como más te guste durante toda la canción!</p>	<p>Elige un libro para leer y selecciona una "palabra que indica acción" que se repetirá con frecuencia. Cuando leas la "palabra que indica acción", levántate y vuelve a sentarte.</p>	<p>Completa ocho saltos de tijera, ocho movimientos absurdos (simplemente muévete de la manera que quieras), ocho elevaciones de rodillas, ocho tijeras.</p>	<p>¡Ordena mientras caminas como un cangrejo! Lleva cosas en tu barriga por toda la habitación para ordenarlas.</p>	<p>Da saltos con una sola pierna 30 veces, cambia de pierna. Da 10 pasos gigantes. Camina con las rodillas. Haz un baile absurdo. ¡Corre a toda velocidad por 10 segundos!</p>

## Desafío de aprendizaje continuo - Escuela media

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Tu desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que crees tus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las completes. Comparte algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducateIN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	La salud ambiental es la interrelación entre la salud humana y el medio ambiente. Usa este <a href="#">sitio web</a> para aprender más sobre los conceptos de salud ambiental. Comparte con tus padres el concepto que crees que tiene el mayor impacto sobre nuestro ambiente. Fundamenta tu respuesta.	Crea una tabla de datos con los alimentos que hay en tu cocina el día que tu familia hace las compras y registra cómo cambia en una semana. Por ejemplo, ¿qué tipo de alimento se consume más rápidamente? ¿Qué tipo de alimento se consume más lentamente? ¿Hay un índice constante de cambio para un tipo de alimento en particular? Representa los datos en una gráfica a través del tiempo.	Escribe una carta al consejo escolar sobre el cierre de la escuela. Comenta tu opinión sobre si la escuela debería permanecer cerrada o si debería volver a abrir. Si crees que debería permanecer cerrada, ¿cómo participarían los estudiantes? ¿Deberían las escuelas proporcionar computadoras a los estudiantes e implementar el aprendizaje en línea? ¿Deberían los estudiantes pasar a buscar paquetes a la escuela? ¿Deberíamos recuperar días en el verano? Busca investigaciones que respalden tu opinión.	Visita las cámaras web en directo en <a href="#">Explore</a> y elige una exhibición para tomar datos por una semana. Visita el enlace diariamente y anota tus observaciones. Observa cuántos animales están presentes, si están activos o tranquilos. ¿Son todos de la misma especie? Haz un cálculo razonable sobre el tipo y la cantidad de alimentos que necesitas para alimentar a los peces y animales presentes en un día. Investiga tu hipótesis y documenta tus hallazgos.	Considera la última vez que te dijeron: "no". Elabora un argumento de por qué deberían haberte permitido o dado lo que pedías. 1) Expresa tu argumento. 2) Piensa tres razones, con pruebas basadas en la investigación. 3) Usa un contrapunto: "Podrías argumentar que..., pero este es el punto débil...". 4) ¡Un final potente! ¡Buena suerte!	Investiga sobre la historia de las Olimpiadas y de todos los Juegos Olímpicos que se llevaron a cabo desde que naciste aquí: <a href="https://www.olympic.org/">https://www.olympic.org/</a> ¿Qué acontecimiento principal de cada año te llamó más la atención? Registra tus pensamientos y fundamenta tu respuesta.
<b>Comunicación</b>	Juega al juego de las 20 preguntas: un jugador piensa en una persona, un lugar o cosa.	Escribe cartas o haz dibujos para las personas que viven en un centro de	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decírselo	Usa la comunicación silenciosa con un miembro de tu familia para conversar sobre	Crea una pista de obstáculos con los elementos de uso diario de tu casa. Se cubren	Pide a cada miembro de tu familia que haga una lista con "Las mejores partes

	Los otros jugadores adivinan qué es haciendo preguntas de sí/no. Al finalizar, piensa en qué tipos de preguntas te ayudaron a descubrir el secreto más rápidamente.	cuidados, que no pueden recibir visitas en estos momentos. Preséntate y comparte un pensamiento positivo.	usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.	un tema difícil de hablar en persona. Intercambien correos electrónicos o sean creativos para enviarse mensajes entre sí.	los ojos de un participante con una venda, mientras el resto del grupo decide cómo comunicar las instrucciones para recorrer la pista con la venda puesta. Comenta qué estilo de comunicación fue el más efectivo.	de nuestra familia". Cuando hayan terminado, comparen las listas y creen una lista familiar combinada. Crea un póster y cuélgalo en tu casa.
<b>Creatividad</b>	<p>Andy Goldsworthy hace esculturas y obras de arte basadas en la naturaleza. Recolecta elementos de tu ambiente natural y crea una obra de arte al estilo Goldsworthy.</p> 	<p>¡Crea un móvil de la naturaleza! Consigue una rama de afuera y un poco de hilo o cuerda. Junta algunas hojas, piñas, flores, cosas que te resulten interesantes. Corta varios trozos de cuerda de distinto largo. Ata tus objetos en diferentes partes de la cuerda y, por último, ata la cuerda a la rama. Ata otra cuerda en los extremos de la rama para que puedas colgarlo y mostrar tu arte.</p> 	Toma fotografías de objetos cotidianos normales que encuentres en tu casa. Luego, crea un título breve para describir cada imagen como si la vieras por primera vez.	Usa tiza para la acera para convertir el pavimento afuera de tu casa en un juego de mesa de tamaño real. Inspiración: Un tablero de damas en la entrada para el auto o "Candyland" en la acera del vecindario.	¡Crea tu propio desafío semanal! Desafía a tus amigos o familia a que creen algo único.	¡Arte con panqueques! Haz una tanda de panqueques con formas más creativas o artísticas que los círculos. Inspiración: Cuadrado, con forma de bandera, tipo cara, etc.
<b>Pensamiento crítico</b>	Crea un póster sobre una sociedad utópica o haz	Mira un video breve sobre los alimentos y piensa por qué	Busca rompecabezas o adivinanzas sobre lógica y	Busca una hoja de papel cuadriculado o dibuja una	Comienza el <a href="#">Desafío de canciones de 30 días</a> y	Diario: ¿Qué es lo primero que harás cuando

	<p>una presentación con Google Slides. Crea seis secciones o diapositivas y comparte tus ideas sobre cómo sería una sociedad "ideal", usando imágenes y palabras. Las seis secciones deben abordar aspectos como vivienda, empleo, gobierno, recreación, tecnología y familia.</p>	<p>pudo haberse realizado ese video. ¿Tenía la persona que lo publicó una agenda que intentaba compartir? ¿Estaba patrocinado por un restaurante o empresa? ¿Acaso solo se están divirtiendo? ¿Intentan conseguir seguidores? Piensa en las distintas razones por las que alguien podría publicar un video.</p>	<p>pensamiento crítico en Internet. Intenta resolver alguno con tu familia, ya sea de forma individual, de a dos o todos juntos.</p>	<p>cuadrícula de 11 x 13. ¿Cuál es el menor número de cuadrados que puedes usar para cubrir la cuadrícula por completa?</p>	<p>publicalo en las redes sociales todos los días.</p> <p>Tienes una bonificación si comentas por qué elegiste cada canción.</p>	<p>finalicen las pautas de distanciamiento social estricto? Explica por qué y ten en cuenta todas las cosas que has hecho durante el aislamiento en tu casa. Compártelo con un familiar cuando estés listo.</p>
<b>Colaboración</b>	<p>Trabaja con un familiar o amigo (mediante correo electrónico, Google Docs, o por teléfono, si es necesario) y crea una infografía sobre algo que quisieras que tus maestros conocieran más.</p>	<p>Arma un rompecabezas de 500 o 1000 piezas con tu familia. Asegúrate de que todos contribuyan de igual manera. Pueden colaborar y comunicarse animándose entre todos y celebrar cuando esté completo.</p>	<p>Trabaja con un miembro de tu familia o amigo en FaceTime y prepara una tanda de galletas o magdalenas para tu familia. Anímate al desafío de duplicar la tanda y practica trabajar con fracciones.</p>	<p>Crea un video con un amigo para enseñar un concepto matemático a un estudiante de primaria que a ti te costó aprender. Trabaja solo en línea.</p>	<p>Organiza un club del libro con tu familia o amigos. Pueden elegir el mismo libro o uno diferente cada uno. Programa un horario para reunirse personalmente o en línea y comentar lo que estuvieron leyendo.</p>	<p>Recrea una imagen o historieta. Luego, corta la imagen en cuadrados y pídele a un integrante de tu familia que la arme nuevamente.</p>
<b>Bienestar social y emocional</b>	<p>La gratitud es un sentimiento de apreciación. Reconoces el valor de una cosa, pero no relacionado con su valor monetario. Incluso en situaciones difíciles, siempre tenemos algo o alguien a quien agradecerle. Completa las oraciones:</p>	<p>¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!</p>	<p>¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para</p>	<p>Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué estoy sintiendo?</li> <li>2. ¿Cuáles son mis opciones?</li> <li>3. ¿Qué es lo que realmente importa?</li> </ol>	<p>"En lugar de distanciamiento social, nos separamos físicamente juntos". Durante toda la semana próxima, intenta conectarte con alguien (la misma persona o siete personas distintas) todos los días de forma virtual, ya sea por</p>	<p>Tu familia elige una palabra (feliz, paz, amor, etc.). Todos eligen un objeto que represente la palabra, un signo de paz, un almohadón de emoticon, etc. Todos esconden su objeto y cuando alguien lo encuentra (hacen una tarea para otro</p>

	<p>Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco o siento: Que pruebo: Estoy agradecido por estas tres cosas azules: animales: amigos: maestros: familia: bienes:</p>		<p>ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).</p>		<p>mensaje de texto, correo electrónico o redes sociales. Mantén contacto y pregúntale cómo se siente y también comparte tus sensaciones. ¡Anímalo a hacer lo mismo que tú!</p>	<p>integrante de la casa, gritan, por ejemplo, "Encontré tu alegría" o lo que la familia decida). Luego, lo esconden y vuelven a empezar.</p>
<p><b>Salud y actividad física</b></p>	<p>Párate apoyándote en la pierna derecha y levanta la rodilla izquierda con un ángulo de 90 grados. Tócate la punta del pie sin caerte. Repite 10 veces y luego cambia de lado.</p>	<p>Cuatro de 10: Completa 10 saltos de rana, 10 abdominales, 10 flexiones y el ejercicio "superman" por 10 segundos.</p>	<p>Prueba de resistencia aeróbica: Elige un punto de partida y coloca dos objetos pequeños a 10 yardas (9 m) de distancia. Sal corriendo para recoger cada objeto uno por vez.</p>	<p>Haz una caminata o sal a trotar por tu vecindario a diario. Cada día, intenta completar la caminata en menos tiempo que el día anterior.</p>	<p>Tómate un minuto cada hora para cerrar los ojos, tranquilizar la mente, respirar profundamente y expulsar el estrés que tengas.</p>	<p>¿Cuánto tiempo puedes hacer una plancha? Pon el cronómetro cuando comiences con la plancha. Registra tu mejor tiempo y desafía a tu familia y amigos.</p>

## Desafío de aprendizaje continuo - Escuela secundaria

Los conjuntos de habilidades del desafío de aprendizaje continuo están conectados con las competencias de aprendizaje profundo de Michael Fullan. Tu desafío es completar por lo menos dos actividades de cada hilera en la semana. Un desafío extra es que crees tus propias actividades que corresponderán a cada habilidad de aprendizaje continuo y las completes. Comparte algunos ejemplos de los desafíos completados en las redes sociales etiquetando a @EducatelN.

Habilidad	Opción uno	Opción dos	Opción tres	Opción cuatro	Opción cinco	Opción seis
<b>Conocimiento sobre el tema</b>	Consulta una novela gráfica en tu biblioteca local o busca una en Internet.	Analiza la letra de tu canción preferida identificando las palabras que se repiten más veces y considera su función en el significado o tono general.	Escucha una palabra que no conozcas de un programa de TV e intenta incluirla en tu vocabulario diario.	Piensa en una habitación de tu casa que te gustaría pintar y averigua cuánta pintura necesitarás para cubrir todas las paredes.	Haz un seguimiento del precio de la gasolina durante toda una semana e investiga los factores económicos que pueden influir sobre el precio.	Busca el costo de un vehículo que te gustaría manejar y calcula cuántas horas tendrías que trabajar para ahorrar el dinero suficiente para comprarlo.
<b>Comunicación</b>	¿Conoces a un educador increíble? Graba un breve video para decírselo usando este Flipgrid: <a href="https://flipgrid.com/indianaloves teachers">https://flipgrid.com/indianaloves teachers</a> y nos aseguraremos de compartir tu video durante la semana de reconocimiento a los maestros los días 4 al 8 de mayo a través de las redes sociales.	Practica tener una conversación en algún idioma extranjero con el que estés familiarizado. Intenta practicar mirando un programa de TV o leyendo un artículo en ese idioma.	Reflexiona sobre una conversación que hayas tenido en el pasado que quisieras que hubiera sido diferente. Prepara cómo te expresarías de otra manera la próxima vez que estés en una conversación similar.	Crea una presentación para pedirle a alguien que cambie una política. Tal vez plantear que puedas conseguir un empleo o hacer un viaje de un día con tus amigos. ¡Entrega la presentación y ten esperanza!	Insiste en saludar a la persona del correo que entrega el correo diariamente. Asegúrate de que sepan que aprecias su servicio.	<p>Escribe un tuit que refleje la mejor manera en la que te gusta aprender. Acompaña tu frase con un hashtag. Los tuits pueden tener hasta 280 caracteres.</p> <p>O</p> <p>Busca un hashtag en Twitter que te interese y participa con la comunidad que lo está usando.</p>
<b>Creatividad</b>	Escribe un final alternativo para un programa de TV que miraste.	Con revistas, avisos o diarios, recorta palabras para crear frases de afirmación y gratitud. Pega las frases en una hoja y haz diseños	Crea una pintura con elementos no tradicionales. Muchos artistas usan cosas, como restos de café para teñir su arte con estos tintes	Andy Goldsworthy hace esculturas y obras de arte basadas en la naturaleza. Recolecta elementos de tu ambiente natural y crea	Corta un par de flores del patio. Coloca las flores boca abajo sobre una hoja blanca de papel. Cubre las flores con papel de cocina o papel	¡Consigna del diario semanal! Escribe o dibuja la primera idea que se te ocurra cuando leas el tema de esta semana de <u>Unity</u> . (Puedes hacer esta

		alrededor de ellas.	naturales en lugar de usa pinturas costosas. Intenta pintar con restos de café, té o especias. Intenta frotar elementos como pasto o flores sobre la hoja para agregar otros colores.	una obra de arte al estilo Goldsworthy. 	encerado. Usa un martillo para golpear levemente alrededor del exterior de la flor (intenta evitar el centro de la flor). Revisa tu trabajo, vuelve a golpear levemente si quieres obtener un color más oscuro. Cuélgalo cuando esté listo para exhibirlo.	actividad en el diario que preparaste la semana pasada).
<b>Pensamiento crítico</b>	Planifica una salida de campo para tu familia. Resuelve qué ruta tomarán, dónde se quedarán y los costos que implica manejar y quedarse en hoteles o camping.	Calcula tu frecuencia cardíaca ideal con esta <a href="#">calculadora</a> . Investiga por qué es importante mantener tu frecuencia cardíaca ideal. ¿Dónde deberías comenzar?	Haz el abecedario en una hoja de papel. Para cada letra, selecciona un concepto, una frase o palabra que a) se relacione con las ciencias sociales y b) esté conectada con el COVID-19. Escribe esos conceptos, palabras y frases en tu abecedario. El desafío es que debes incluirlas con la letra que empieza cada una en el abecedario. Por ejemplo: C = <i>cheque de estímulo</i> (concepto de economía o gobierno). Haz esto para todas las letras del abecedario. ¡Sí, incluso con Q y Z!	Haz un dibujo animado con contenido político o editorial sobre la situación actual que vivimos. Los dibujos con contenido político y editorial usan palabras, objetos y son un lugar para compartir opiniones.	Diseña una comida para tus amigos o familia. Enumera los ingredientes, las calorías y algunos datos nutricionales importantes (carbohidratos, grasas y proteínas) de cada ingrediente y la cantidad que usaste en la receta. Luego, diseña una comida con ingredientes de reemplazo que mejoren el valor nutricional de la comida. Reflexiona sobre los resultados de los cambios que hiciste. ¿Comerías esta versión de la comida? ¿Por qué?	Crema un "menú de restaurante o puesto de comida ambulante" con productos y platos que son necesarios para <i>crecer muy bien</i> en esta época de COVID-19. Nombra tus platos y escribe una descripción para cada uno. Piensa en las secciones del menú. Tal vez puedan ayudarte los miembros de tu familia con algún producto. Nombra el "menú de tu restaurante".
<b>Colaboración</b>	Anima a los miembros de tu	Como una unidad familiar,	Todos los miembros de la	Calcula el costo de un artículo	Pregunta a tu familia si hay	Planea un proyecto

	<p>familia a que escriban una afirmación en un papel sobre otro miembro de la familia. Guarden los mensajes en un frasco pequeño. Luego, cada uno saca un papel y lo lee. Asegúrate de que todos tengan su mensaje.</p>	<p>creen una lista de preguntas que quisieran hacerle a una persona mayor, que es parte de la familia, o a un amigo. Algunos temas sugeridos para las preguntas incluyen: Libro preferido, comida preferida que solían hacer los padres, un sueño que no se cumplió. Hay infinidad de temas.</p>	<p>familia que juegan eligen una palabra. El juego consiste en inventar una definición creíble o dar la definición real de la palabra. Cada uno circula y comparte. Otros participantes intentan adivinar si la definición era verdadera o no. Los intentos más correctos ganan. Lleva el puntaje.</p>	<p>de la familia si a) se pagó en su totalidad al momento de la compra, b) si se pagó en dos cuotas con tarjeta de crédito y c) se pagó en un plazo de seis meses con tarjeta de crédito. Comenta tus observaciones. Comenta la diferencia entre deseos y necesidades.</p>	<p>alguna receta que se transmitió a las generaciones siguientes de tu familia. Si hay una, pídele ayuda a un familiar para prepararla u hornearla.</p>	<p>familiar, como pintar la habitación, lavar el auto, planificar una fiesta para celebrar algo especial. Asigna una tarea a cada integrante. Luego, pídele a cada uno que escriba una descripción breve de su función.</p>
<p><b>Bienestar social y emocional</b></p>	<p>La gratitud es un sentimiento de apreciación. Reconoces el valor de una cosa, pero no relacionado con su valor monetario. Incluso en situaciones difíciles, siempre tenemos algo o alguien a quien agradecerle. Completa las oraciones: Estoy agradecido por tres cosas que escucho: Que veo: Que huelo: Que toco o siento: Que pruebo: Estoy agradecido por estas tres cosas azules: animales: amigos: maestros: familia: bienes:</p>	<p>¡Comienza un frasco llamado Algún día muy pronto! Con tu familia, haz una lista de deseos de las cosas que harán cuando acabe el distanciamiento social. ¡Conviertan la frustración en anticipación!</p>	<p>¡Únete al desafío viral que es noticia! Recorta corazones de distintos tamaños y materiales y decóralos con un mensaje positivo. Déjalos en tu ventana. Anima a los vecinos a que hagan lo mismo. Luego, recorre el vecindario para ver cuántos corazones encuentras (manteniendo la distancia segura).</p>	<p>Cómo sentirse menos fuera de control frente a algo desconocido. Tres preguntas que te ayudarán a permanecer con los pies sobre la tierra:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué estoy sintiendo?</li> <li>2. ¿Cuáles son mis opciones?</li> <li>3. ¿Qué es lo que realmente importa?</li> </ol>	<p>"En lugar de distanciamiento social, nos separamos físicamente juntos". Durante toda la semana próxima, intenta conectarte con alguien (la misma persona o siete personas distintas) todos los días de forma virtual, ya sea por mensaje de texto, correo electrónico o redes sociales. Mantén contacto y pregúntale cómo se siente y también comparte tus sensaciones. ¡Anímalo a hacer lo mismo que tú!</p>	<p>Tu familia elige una palabra (feliz, paz, amor, etc.). Todos eligen un objeto que represente la palabra, un signo de paz, un almohadón de emoticon, etc. Todos esconden su objeto y cuando alguien lo encuentra (hacen una tarea para otro integrante de la casa, gritan, por ejemplo, "Encontré tu alegría" o lo que la familia decida). Luego, lo esconden y vuelven a empezar.</p>

<p><b>Salud y actividad física</b></p>	<p>Tómate un minuto cada hora para cerrar los ojos, tranquilizar la mente, respirar profundamente y expulsar el estrés que tengas.</p>	<p>Completa 20 estocadas hacia adelante (de cada pierna), 40 sentadillas, 40 elevaciones de pantorrillas, sentada en la pared por 1 minuto. Hacer estiramientos.</p>	<p>¿Cuánto puedes estirarte? En una cinta o al aire libre, pon a prueba tu resistencia cardiovascular, y ve cuánto puedes correr sin detenerte. Haz un estiramiento al finalizar. ¡Ten cuidado!</p>	<p>Salta de lado a lado por encima de un objeto o línea por un minuto de corrido. Repite, pero salta de adelante hacia atrás. ¡Repite cada salto dos veces e intenta batir tu récord!</p>	<p>¡Anima una conversación! Llama a estas personas: un amigo o compañero de clase, un familiar y un vecino cercano. Pregúntales cómo están y asegúrate de que estén bien.</p>	<p>Elige tu actividad preferida de la clase de educación física y complétala por tu cuenta o con un integrante de la familia. ¿Por qué es tu actividad preferida? ¡Cuéntale a tu familia!</p>
--	--	--	---	---	---	---